

Kurzbeschreibung zur Information der Schüler der 10. Jahrgangsstufe

Lehrkraft: StR Enghardt

Leitfach: Sport

1. Allgemeine Studien- und Berufsorientierung
2. Projektthema: **Gesunde Ernährung im Alltag und im Sport – Organisation und Durchführung eines Pausenbrotverkaufs und eines Gesundheitstags**

Begründung und Zielsetzung des Projekts:

„Fast Food“ und Fertiggerichte stellen für viele Menschen die Hauptnahrung dar. Angesichts der sich daraus ergebenden Probleme (Diabetes mellitus Typ 2, Adipositas) und Gesundheitsrisiken (Herz-Gefäß-Erkrankungen) erscheint es heute dringender denn je, in den Schulen entsprechende Aufklärungsarbeit zu betreiben.

Das Projekt soll nicht nur die Teilnehmer, sondern auch die übrigen Schüler und Lehrer des Platen-Gymnasiums für das Thema „Gesunde Ernährung“ sensibilisieren und bei ihnen zu einer entsprechenden Bewusstseinsbildung beitragen.

Das P-Seminar übernimmt in regelmäßigen Abständen den Pausenverkauf und organisiert für die Unterstufe einen Gesundheitstag.

Bezug des Projekts zur Arbeits- und Berufswelt:

Das Projekt bietet anhand von Gastvorträgen und Exkursionen einen Einblick in die Ökotrophologie, Lebensmitteltechnologie, Lebensmittelchemie und Medizin.

Angestrebte Sach- und Methodenkompetenzen:

- Ernährungsphysiologisches Fachwissen
- Fähigkeit, dieses theoretische Fachwissen didaktisch zu reduzieren, zu erklären und zu veranschaulichen

Angestrebte Sozial- und Selbstkompetenzen:

- Fähigkeit, das Fachwissen praktisch umzusetzen (Gerichte, Snacks...)
- Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit
- Fähigkeit zum Umgang mit Konflikten in der Arbeitsgruppe
- Selbständigkeit und Selbstsicherheit
- Einsatz- und Leistungsbereitschaft
- Wissen um die Bedeutung eines gesunden Lebenswandels und die Übernahme der Verantwortung für den eigenen Organismus

Zeitplan

Hj.	Monate	Tätigkeit der Schüler und der Lehrkraft	Geplante Formen der Leistungserhebung und Beobachtungen für das Zertifikat
11/1	Sep-Feb	<p>Vorstellung des</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zeitplans für das 1.Halbjahr - der geplanten Leistungserhebungen und der Bewertungskriterien <p>Bewusstseinsbildung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Film „Supersize me“ zur Vermittlung der Problematik <p>Informationsphase:</p> <ul style="list-style-type: none"> - „Ernährungsphysiologische Grundlagen“ (Nährstoffe, Energiegewinnung...) - Laufeinheiten mit Herzfrequenzmesser und Kalorienzähler, anschließende Auswertung - Gastvortrag eines Oecothrophologen (AOK) - Besuch der Schlaganfalleinheit des Klinikums Ansbach - Gastvortrag eines Arztes <p>Berufs- und Studienorientierung</p> <ul style="list-style-type: none"> - Individuelle Recherche über Studiengänge und Berufsbilder - Präsentation der Ergebnisse und der gewonnenen Erkenntnisse <p>Planung</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erarbeitung eines Zeitplans für die beiden Projekte „Pausenverkauf“ und „Gesundheitstag“ 	<p>Schülerreferate</p> <p>Bewertung der Präsentation der Ergebnisse/Erkenntnisse</p>

